



# 家的方向

文 / 林喬祥 花蓮佛教慈濟醫學中心精神醫學部主任  
佛教慈濟大學精神科助理教授

離開護理站，經過緊閉著的病房大門時，怡安（化名）還站在門後，從深色的強化玻璃大門上那一塊剝落了顏色的圓形部分向外望，以一種等待盼望的眼神……

從早上七點多起床，把自己打理好後，怡安已經站在那裡快三個小時了，她在等爸爸跟哥哥辦完出院手續帶她「回家」。剛才在病房裡問她何不回到病床坐著等，她只是靜靜地微笑著搖搖頭，像是說：就快回家了，站一會沒關係。這神情跟兩個多月前她剛轉到病房時的憤恨、冷漠完全不同，那時她只淡淡地說：「他們說要回家的。」

怡安是個大學外文系畢業的清秀女孩，唸書時外語能力很強，也彈了一手好琴。畢業之後經歷連串的生活、感情挫折後，逐漸退縮不與人接觸，總覺得有人要對她不利，耳邊經常聽到有聲音刻薄地批評、甚至罵她的幻覺，那些都是精神分裂症的典型症狀。偶而還會夾雜著出現她自己或其他家人情緒失控時所引發的自我傷害行為，並且常因為這樣而住院。

發病的前幾年，雖然每次狀況不好

時，只要持續一段時間接受急性住院治療，她的症狀總能逐漸穩定，也可增加與人的溝通，雖然話還是不多。但是出院一段時間後，總又舊事重演，再次住院。這次經過了將近三個月的住院，雖然還只是坐在床邊翻著琴譜，而不是真的到病房客廳裡彈琴；雖然話還是不多、思考還是比較鬆散，但是可以感受得到她怡然安靜的狀態，和那份強烈想回家的期待。

和她眼神接觸時，她又是一樣的微笑，我卻心虛地趕緊收回眼神，加快腳步走向辦公室。

怡安爸爸去辦手續之前告訴我，待會要帶怡安到某療養院去繼續住院，已經跟那邊的主任說好了。我嚇了一跳，因為我和怡安都以為，她就要回家了。對於我「帶怡安回家還會擔心什麼」的詢問，近八十歲的爸爸只是反覆模糊其詞地唸著：「很擔心喔！很擔心喔！」也

說不出個所以然來。

這兩、三年來，最能夠照顧她的媽媽過世了，家人也許已經沒有力氣再支撐她在家裡可能會有的起伏，但是對於送她到長期安置的院所，主觀上又覺得不忍心，所以就選擇反覆地讓她在幾個離家還不算太遠的精神科病房輪流住院，也就讓怡安一再地經驗想回家、覺得就快回家、終究還是不能回家的失望中循環。有時我會想，怡安想回家的期待是不是一個遠離事實的症狀？她知不知道想回去的那個家已經不再是兒時的那個溫暖的窩、安全的避風港呢？

「什麼時候回家？」，經常是十幾年來的臨床精神醫療工作中，我和我的病人時而相互拔河，時而並肩作戰的議題。

當他們的臨床狀況不穩定，可能會有傷害自己或他人的危險，或者需要更密切的觀察以便安排及調整合適的藥物及非藥物治療時，我都需要盡可能扮演留住他們在病房的角色；但是如果他們病情穩定了，但家人對於他們回到家裡還是會有很多的顧慮時，此刻要做的事就是跟病友站在一起，設法讓家人安心。實際上會影響病人「是不是可以回

家？」「什麼時候可以回家？」的因素當然比只是臨床狀況穩不穩定要多得多、複雜得多，我想其中一個核心也許就是「家」之於每一個人的意義，每一個人和「家」不同的糾纏。

想起羅大佑那糾纏的聲音所唱的：「我的家庭我誕生的地方，有我童年時期最美的時光，那是後來我逃出的地方，也是我現在眼淚歸去的方向。」也許正是這樣的糾纏，讓許多時候，人們幾乎是受著妄想般的催促逃出「家」這個「大牢籠」；但是當經歷挫折、受傷、甚至是種種原因導致行為退回童稚狀態時，「家」卻也是最終希望歸去的地方，即便「家」也是一個會再繼續受傷的地方。「家」在這個時候反應的也許不是客觀環境上的熟悉，而是心理上的一種回歸的渴求。

「能夠回家重獲溫暖平靜」的企望，於長期精神受苦的人如是，對你我又何嘗不是呢？

**有些病人如同怡安一樣，反覆經歷住院、回家、又住院，有如一個停不下來的迴圈，雖然有這樣的狀況，每次病人能夠出院，醫護單位還是盡本分地做好出院準備工作，給予回歸常軌的最大幫助。**

醫護同仁會——

- 評估病患出院之後的照顧需求。
- 與病患和家人共同擬定適合病患出院後的照顧計畫。
- 疾病知識的指導與主要照顧者對照顧技巧的教導。
- 協助病患出院後適應社區生活、規則服藥與定期返診治療。
- 病患出院後，電話持續關懷以及提供醫療諮詢相關服務。
- 提供社區資源及相關服務，如：居家治療等。